

# 飲片的迷思

◎文／邱寶生 林森中醫院區藥師

傳統的中醫療法，服用中藥一直是主要的治病方法。到了現代除了有飲片（經炮製過的生藥）之外，尚發展出科學中藥、液體製劑、膠囊製劑、錠劑...等多種劑型。但是飲片在市場上仍然有許多的支持者，本文就常見之飲片使用相關問題作較詳盡的解釋。

## 迷思一、可否與西藥併服使用？

通常無論是哪一種治療目的之中藥與西藥都不建議併服，尤其是作用相近的藥物，以免產生藥效加成或藥效失效。例如天麻鉤藤散（為降血壓的方劑）若與得安穩（Diovan）併服恐造成血壓過低的現象。含有鈣、鎂、鋁...等金屬離子的中藥，如龍骨、牡蠣、石膏、滑石，應避免與四環黴素併用，以免產生難溶性的螯合物而降低藥效。麻黃素類的中藥不適合與 digoxin 類之強心藥物併服，因麻黃素成分會刺激中樞神經系統，恐造成心律不整的不良反應。當歸、丹參、紅花、桃仁若與阿斯匹靈、warfarin 類的抗凝血藥物併服，可能會有出血增加的危險。所以在服用中藥期間若有併服西藥，必須主動告知醫師，一般原則中藥與西藥需間隔兩小時以上錯開服用較為適當。

## 迷思二、可否與茶一起吞服？

許多人覺得中藥味苦難喝，偶爾會在喝完中藥之後再喝一杯茶來去除口中味道。但是在中藥的服用上，無論是水煎劑、科學中藥、丸劑、散劑、膏劑，都不應與茶一起吞服。因為茶中具有鞣質（單寧酸），是一種多元酚類化合物，與重金屬鹽類會產生黑綠色或藍黑色沉澱，與生物鹼如麻黃、益母草、延胡索、黃連、黃柏、防己、鉤藤、貝母、烏頭、石斛亦會產生沉澱。所以生活中若有喝茶的習慣，建議間隔兩小時最為適當。

## 迷思三、適合煎煮的容器為何？

常用於煎煮的容器是陶瓷鍋或不銹鋼鍋。忌用鐵鍋，因其在高溫煎煮下，易釋出鐵離子，會和含鞣質的飲片（如地榆、玄參、虎杖、訶子...等）產生反應，降低藥效。無論是陶瓷鍋或是不銹鋼鍋，在飲片的煎煮過程中，都相當的穩定，不易釋放出與飲片成分產生化學反應的物質，其安定性非常好，屬較佳的煎煮容器。

#### 迷思四、需要煮第二煎嗎？

一般我們會建議一帖藥煮二次，頭煎與二煎混合，使濃度均勻後，分成兩碗，早晚溫服用。因為第二煎藥力較差，所以有些人會一次加二倍的水，煮一次即丟棄，其實加二倍的水所煮出來的濃度並不會增加許多。就研究顯示，以茵陳蒿湯為例，第一煎有效成分約為總量的 16%，第二煎約為總量的 8%，第二煎雖然藥力較弱，但與第一煎混合對症狀治療仍是有效的。所以建議一帖藥煮二次是較合適的。

#### 迷思五、服用期間禁忌為何？

一般禁忌：忌冰、竹筍、糯米、辣椒；服用中藥時，須與西藥或茶間隔兩小時。

#### ※ 特別禁忌

症狀	忌諱
肺病	忌茄子、酒、菸
心臟病	忌油膩食物、動物性脂肪
高血壓	忌菸酒、油膩及重鹽食物、情緒激動、沐浴高溫
肝病	忌芹菜、動物內臟、油膩食物、酒
腎病	忌雞、鴨腳、過鹹食物、酒
失眠	忌過食肉品、動物內臟、過燥食物
中風	忌蝦、高膽固醇食物
皮膚病	忌酒、牛乳、鴨蛋、竹筍、香菇、花生、芒果、海產類、過燥食品
風濕病	忌豆類、動物內臟、蛋、肌肉、油炸類、香蕉、木瓜
骨折治癒及筋骨痠痛	忌香蕉
胃病	忌糯米、香蕉、檳榔、油炸物
面皰	忌豬腳、豬耳、過燥食品、油炸物
減肥	忌米、麵、糖份含量高的食品、蛋糕、白色蔬菜、含糖份高的水果及飲料

參考來源：中醫藥委員會。